



KURTH

individual furniture

*wir schaffen
Atmosphäre zum Wohlfühlen
für Küche & Büro*

Rezept des Monats August 2017



Vorspeise

Thunfisch-Zwiebel-Bruschetta



Hauptspeise

Schellfisch mit Linsengemüse



Beilage

Gnocchi alla Romana



Dessert

Tiramisu-Torte

Kategorie: Vorspeise / Tapas



ZUBEREITUNG:

1. Eine Pfanne auf das Kochfeld stellen und auf mittlerer Leistungsstufe aufheizen. Olivenöl und Knoblauch hinein geben und etwas andünsten. Basilikum waschen, trocken tupfen und fein schneiden.
2. Tomaten waschen, Strunk entfernen, in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Den andünsteten Knoblauch, Basilikum, Salz und Pfeffer dazu geben und alles vorsichtig miteinander vermengen.
3. Den Backofen mit der Funktion Großflächengrill auf 200° C vorheizen.
4. Den Mozzarella auf die getoasteten Weißbrotscheiben geben, anschließend etwas von der Tomatenmasse. Zum Schluss den Thunfisch darauf verteilen und mit den Zwiebelringen garnieren.
5. Die Weißbrotscheiben auf ein Backblech legen, in die oberste Einschubebene des Backofens einschieben und ca. 3-4 Minuten grillen. Nach dem Grillen herausnehmen und sofort servieren.

Melden Sie sich hier für unseren [Newsletter](#) an und lassen Sie sich monatlich von unseren neuen [Menü-Vorschlägen](#) inspirieren!

ZUTATEN (FÜR 10 PORTIONEN):

½ Knoblauchzehe, fein gerieben

2 EL natives Olivenöl

200 g frische Tomaten

1 TL frischer Basilikum

Salz /p>

Pfeffer aus der Mühle

10 Weißbrotscheiben, getoastet

125 g Mozzarella, in kleine Würfel geschnitten

1 Frühlingszwiebel, in Ringe geschnitten

1 Dose Thunfisch

Gerät: [Kochfelder](#) & [Backofen](#)

Funktion: Großflächengrill

Temperatur: 200°C

Nährwertangaben:

Kohlenhydrate 192 g

Eiweiß 86 g

THUNFISCH-ZWIEBEL-BRUSCHETTA

Fett 68 g

Kalorien / Broteinheiten:

Rezept 1765 kcal

Portion 176 kcal

Portion 1,6 BE

Kategorie: Beilage



ZUBEREITUNG:

1. Milch mit Butter, Salz und Muskatnuss in einen Topf geben und mit höchster Kochstelleneinstellung zum Kochen bringen.
2. Weizengrieß unter ständigem Rühren langsam einrieseln lassen. Bei schwacher Hitze ca. 7 Minuten köcheln, dabei ständig weiterrühren. Den Topf mit der Grießmasse von der Kochstelle nehmen, Eigelb und Parmesan zufügen und unterrühren.
3. Die Masse auf einem geölten Tisch oder Brett etwa 1 cm hoch auftragen, mit dem Nudelholz gleichmäßig glatt rollen und auskühlen lassen.
4. Ei verquirlen und die Grießmasse damit bestreichen. Aus der Masse 5 cm große runde Plätzchen ausstechen und in eine mit etwas Butter ausgestrichene, feuerfeste Form legen.
5. Mit Parmesan bestreuen und mit zerlassener Butter beträufeln. Die Form mit den Gnocchi-Talern auf einem Rost in den Backofen schieben und mit der Funktion Heißluft 180° C ca. 20 Minuten backen.
6. Olivenöl in einer Pfanne leicht erhitzen. Tomatenwürfel dazugeben, mit Essig, Salz und Pfeffer würzen und langsam ca. 5 Minuten dünsten.
7. Die gedünsteten Tomaten auf kleine Teller geben, Gnocchi daraufsetzen und mit frischem Basilikum garniert servieren.

ZUTATEN (FÜR 10 PORTIONEN):

Für die Hartweizen-Gnocchi

- 500 ml Milch
- 1 EL Butter
- Salz /p>
- 1 Msp geriebene Muskatnuss
- 125 g mittelfeiner Weizengrieß
- 1 Eigelb
- 30 g geriebener Parmesankäse
- 1 Ei zum Bestreichen
- 2 EL zerlassene Butter
- 4 EL geriebener Parmesankäse

Für die geschmorten Tomaten

- 2 EL natives Olivenöl
- 300 g Tomaten, in Würfel geschnitten
- ½ TL Apfelessig
- Salz
- Pfeffer

Melden Sie sich hier für unseren [Newsletter](#) an und lassen Sie sich monatlich von unseren neuen [Menü-Vorschlägen](#) inspirieren!

Basilikumblätter

Gerät: [Backofen](#) & [Kochfeld](#)

Funktion: Heißluft

Temperatur: 180 °C

Nährwertangaben

Kohlenhydrate 123 g

Eiweiß 66 g

Fett 101 g

Kalorien / Broteinheiten

Rezept 1702 kcal

Portion 170 kcal

Portion 1,0 BE

Kategorie: Hauptspeise



ZUBEREITUNG:

1. Für die Zitronen-Butter-Sauce die Schalotten fein würfeln und in 10 g Butter glasig andünsten. Mit Wein, Fond und Wermut ablöschen und bei starker Hitze auf ca. 70 ml einkochen. Dann durch ein feines Sieb gießen.
2. Für das Linsengemüse die Linsen kalt abspülen und in einem Sieb abtropfen lassen. Linsen und Lorbeerblatt in 1 l kochendem Wasser 12–15 Minuten bissfest garen. Inzwischen die Möhren schälen, Sellerie entfädeln und beides fein würfeln. Zwiebel fein würfeln. Lauch putzen, waschen und ebenfalls fein würfeln. Kurz vor Ende der Garzeit die Linsen kräftig mit Salz würzen. Die Linsen kalt abschrecken und im Sieb abtropfen lassen.
3. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Möhren, Sellerie und Lauch zugeben und 2–3 Minuten mitdünsten. Linsen zugeben, mit heißer Gemüsebrühe auffüllen und 5 Minuten einkochen lassen. Restliche Butter unterrühren und mit Salz, Pfeffer und evtl. 1 Prise Zucker abschmecken. Warm halten.
4. Für das frittierte Sauerkraut das Sauerkraut in einem Sieb kräftig ausdrücken. Öl in einem schmalen hohen Topf erhitzen und das Sauerkraut darin knusprig frittieren. Bitte nur kleine Mengen abbacken, da Verbrennungsgefahr besteht. Öl kann überkochen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Ofen warm halten.
5. Zitronen-Butter-Sauce aufkochen, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Die kalten Butterstücke nach und nach mit dem Schneebesen unterrühren. Zitronenschale zugeben. Die Sauce nicht mehr kochen lassen.

ZUTATEN (FÜR 4 PORTIONEN):

Für den Fisch:

800 g Schellfischfilet, (mit Haut, geschuppt, ohne Gräten)
Salz, Pfeffer, Mehl
2 EL Sonnenblumenöl
1 EL Butter
Außerdem Küchenpapier

Für das frittierte Sauerkraut:

150 g feines frisches Sauerkraut
Öl zum Frittieren

Für die Zitronen-Butter-Sauce:

2 Schalotten
160 g eiskalte Butter
(in ca. 1 cm große Würfel geschnitten)
150 ml Weißwein
80 ml Fischfond
2 EL Wermut, (z. B. Noilly Prat)
Salz, weißer Pfeffer, Zucker
2 EL fein abgeriebene
Bio-Zitronenschale

Für das Linsengemüse:

150 g Beluga-Linsen,
(ersatzweise Puy-Linsen)
1 Lorbeerblatt
80 g Möhren
2 Stangen Staudensellerie
1 Zwiebel (50 g)
80 g Lauch
Salz

6. Für den Fisch die Schellfischfilets evtl. entgräten, trocken tupfen und in ca. 10 cm große Stücke schneiden. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, die Hautseite ins Mehl drücken, überschüssiges Mehl leicht abklopfen. Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Filets darin portionsweise auf der Hautseite 3–4 Minuten braten. Butter zugeben, wenden und in 1 Minute zu Ende garen.
7. Die Fischfilets mit dem Linsengemüse, Zwiebeln, Sauerkraut und Zitronen-Beurre-blanc anrichten und sofort servieren.

30 g Butter
150 ml Gemüsebrühe
Pfeffer
Zucker

Gerät: [Kochfelder](#)

Melden Sie sich hier für unseren [Newsletter](#) an und lassen Sie sich monatlich von unseren neuen [Menü-Vorschlägen](#) inspirieren!

Nährwertangaben

Kohlenhydrate 68 g

Eiweiß 30 g

Fett 359 g

Kalorien / Broteinheiten

Rezept 3870 kcal

Portion 484 kcal

Portion 0.7 BE

Kategorie: Kuchen



ZUBEREITUNG:

1. Den Boden einer Springform (26 cm) mit Backpapier auslegen. Backofen mit der Funktion Ober-/Unterhitze auf 180°C vorheizen.
2. Für den Biskuitteig Eier, Zucker und Vanillin-Zucker in eine Rührschüssel geben und mit dem Handrührgerät so lange aufschlagen, bis eine schaumige Masse entstanden ist.
3. Mehl und Speisestärke auf die Eiermasse sieben und vorsichtig unterheben. Die Masse in die vorbereitete Backform füllen, auf einem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben und ca. 30 Minuten backen.
4. Nach dem Backen den Biskuitboden kurz abkühlen lassen, aus der Form nehmen, das Backpapier entfernen und ganz auskühlen lassen.
5. Kaltes Wasser in einen kleinen Topf geben und die Gelatine darin 5 Minuten einweichen.
6. Eier trennen. Eigelb und Puderzucker in eine Rührschüssel geben und schaumig aufschlagen. Rum, Mascarpone, Zitronenschale und -saft zugeben und alles miteinander verrühren.
7. Butter schmelzen. Unter die Eimasse rühren.
8. Gelatine aus dem Wasser nehmen und leicht ausdrücken. Wasser weggießen und die Gelatine zurück in den Topf geben. Den Topf auf das Kochfeld und die Gelatine bei kleiner Leistungsstufe flüssigwerden

ZUTATEN (FÜR 1 KUCHEN / 16 STÜCKE):

Für den Biskuitboden:

- 6 Eier
- 150 g Zucker
- 1 P. Vanillin-Zucker
- 100 g Mehl
- 100 g Speisestärke

Für die Füllung:

- 3 Blatt weiße Gelatine
- 7 Eigelb
- 250 g Puderzucker
- 2 EL Rum
- 600 g Mascarpone
- 1 Bio-Zitrone (Schale und Saft)
- 125 g Butter

Zum Verzieren:

- 125 ml starker, kalter Kaffee

TIRAMISU-TORTE

lassen. Der Topfboden darf dabei nur leicht warm werden, sonst überhitzt die Gelatine. Die Gelatine ebenfalls unter die Eimasse rühren.

9. Den Biskuitboden zweimal waagrecht durchschneiden und alle Böden mit Kaffee beträufeln.
10. Einen Boden auf eine Tortenplatte legen und mit einem Tortenring umschließen. Ein Drittel der Mascarponecreme darauf verteilen, den zweiten Boden darauf legen und wieder mit einem Drittel der Mascarponecreme bestreichen. Mit dem letzten Boden abdecken.
11. Den Tortenring entfernen, die Torte rundherum mit der restlichen Creme bestreichen und kalt stellen.
12. Kurz vor dem Servieren den Kakao mit dem Puderzucker mischen und über die Torte sieben. Sahne steif schlagen und die Torte mit Sahnetupfen verzieren.

Tipp: Die Torte kann Portion selbstverständlich auch in einer eckigen Springform gebacken werden.

Melden Sie sich hier für unseren [Newsletter](#) an und lassen Sie sich monatlich von unseren neuen [Menü-Vorschlägen](#) inspirieren!

2 EL Kakao

1 EL Puderzucker

200 g Sahne

Gerät: [Backofen](#)

Funktion: Ober-/Unterhitze

Temperatur: 180 °C

Dauer: ca. 70 Minuten inkl. Backzeit

Nährwertangaben:

Kohlenhydrate 609 g

Eiweiß 80 g

Fett 492 g

Kalorien / Broteinheiten:

Rezept 7430 kcal

Portion 464 kcal

Portion 3,2 BE